ROK VIII
Nr. 22.
15 Listopad
Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 60 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

Ładna postawa u dzieci.

Obserwując dzieci na plażach, trawnikach do gier i zabaw, gdy wierzchnie ubrania pozostały w szatniach lub na otaczających ławkach, a dzieci pozostają tylko w kostjumach kąpielowych, możemy stwierdzić jak wiele z nich nieładnie się trzyma, garbi się w biegu lub skoku.

Jeszcze silniej będą nas uderzać te wady dziecka, czy to w pozycji stojącej czy też siedzącej. Wtedy to wystąpią okrągłe plecy, odstające łopatki, nadmiernie opuszczona głowa lub nadmiernie zadarta do góry, zgięte nogi w kolanach, a nawet stawach biodrowych, wreszcie złe ustawienie stóp.

Oto punkty, które decydują o ładnej postawie, tak ważnej w życiu codziennem, jako stosunku dziecka do wszelkich przejawów życia.

Sama bowiem postawa to nie wyraz mody i smaku, to nietylko wymagania zbyt rygorystycznie nastrojonych lekarzy i wychowawców, ale również sprawdzian siły całego układu mięśniowego dziecka. Bo cóż to jest postawa?

Postawa jest to przyzwyczajenie, stały nawyk utrzymywania poszczególnych części ciała w pewnym układzie. A żeby ten układ osiągnąć potrzebna jest pewna praca ze strony naszych mięśni, które pozwalają nam utrzymać swobodnie i prosto szyję, mieć przywarte łopatki w pozycji stojącej, nie wypinać nadmiernie bioder do tyłu, mieć wyprostowane kolana i stawy biodrowe.

Nie chodzi tu tylko o estetyczny punkt widzenia, każdy bowiem przyzna, iż tak utrzymana postawa w sposób naturalny, swobodny, bez nadmiernego prężenia się jest ładną sylwetką, ale również i o względy zdrowotne. Pozwala ona bowiem ograniczyć naturalne krzywizny kręgów szyjnych i lędźwiowych — i sprzyja prawidłowej czynności narządów, zawartych w jamach piersiowej i brzusznej. Że przyjęta postawa dziecka jest naturalną, niewymuszoną, że jest codzienną, zwykłą, sprawdzianem tego będzie zachowanie się dziecka podczas jakiejkolwiek pracy, nie będzie ono męczyło się nadmiernie, a co najważniejsze postawa podczas pracy nie ulegnie gwałtownej zmianie, zwłaszcza w okresie zmęczenia.

Prawidłowa postawa spoczynkowa jest zawsze niezwykle ważną pod względem sprawności fizycznej, pozwala ona bowiem wykonać znaczniejszą pracę mięśniową bez nadmiernego zmęczenia. Dla sprawdzenia naszych spostrzeżeń wystar-

czy rzucić okiem na dwuch chłopców biegnących, z których jeden będzie utrzymywał swobodnie głowę, a drugi kiwał nią na wszystkie strony. Popatrzmy na tych chłopców po skończonym biegu — biegnący z głową utrzymywaną swobodnie będzie różowy i oddychał w przyśpieszonem tempie, drugi zaś z rozkiwaną głową — bardziej zmęczony, o nieco zasiniałej twarzy, nabiegłych krwią oczach i strasznie sapiący.

Jest to obrazek, który można widzieć wiele razy w parku, w ogrodach Jordanowskich, a nawet na ulicy podczas gonitwy dzieci. Popatrzmy teraz, jaką różnicę łatwo dostrzec w biegu dwojga dzieci, z których jedno biegnie o rozstawionych szeroko stopach nazewnątrz, a drugie biegnie na węższej przestrzeni. Zobaczymy ją nietylko w ładnem stawianiu nóg, ale również i w rezultacie biegu. dziecko bowiem o szeroko rozstawianych stopach pozostawać będzie w tyle, jako biegnące nieekonomicznie, marnujące dużo energji wskutek złego ustawiania stóp.

Dzieci posiadające ładną postawę są najczęściej wesołe, pogodne jakby były pewne swych sił, swej energji życiowej, którą są gotowi przeciwstawić wszelkim przeszkodom, zakłócającym ich spokój. I nie jest to znów twierdzenie gołosłowne. Bo wglądając głębiej w tajniki dobrej postawy, przekonamy się, że ona właśnie jest wynikiem dobrego napięcia mięśnia. To znów daje nam poczucie siły i energji. Nietylko dlatego trzymamy się prosto, że jesteśmy dobrego ducha, w dobrym nastroju, ale również i dlatego, że pod wpływem pozycji pogoda ducha łączy się stale z dodatniemi stanami psychicznemi. Jako przeciwieństwo tego, już jako stałe spostrzeżenie własne, możemy stwierdzić, że przygnębienie, stany depresyjne są potęgowane bezsilnem zapadnięciem ciała.

I dlatego powinniśmy tak czule i starannie baczyć na sposób trzymania się naszych dzieci. Dając bowiem dobrą postawę dziecku, dajemy nieocenioną broń do walki z ujemnemi nastrojami, a wzmożeniem dodatnich, uzbrajamy je w bardzo wartościowe środki do zwiększenia wydajności pracy wszelkiego rodzaju.

I dlatego w tych staraniach o dobrą postawę nie może być przesady, nie może być zbytku, jak nie mamy zbytku zdrowia, piękna lub dobra.

A zatem gdzie szukać przyczyn złej postawy dziecka?

Otóż w pierwszym rzędzie w pewnych zniekształceniach, jakie mogło nabyć dziecko w pierwszych miesiącach życia, czy to wskutek przebytych schorzeń, czy to popełnionych błędów wychowawczych, a co najważniejsze małej siły mięśni. Okrągłe plecy, odstające łopatki, źle stawiane stopy, to nietylko błędy stałego przyzwyczajenia dzieci do tej pozycji i do tego rodzaju ruchu, ale również skutek źle wykształconych mięśni pleców, które

(Dokończenie na str. 462).

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach

Co sprzyja powstawaniu krzywicy?

Odpowiedź:

1. Niewłaściwe odżywianie.
2. Niewłaściwa pielęgnacja — głównie brak światła.
3. Przebyte choroby: katary, grypa, biegunki i inne.



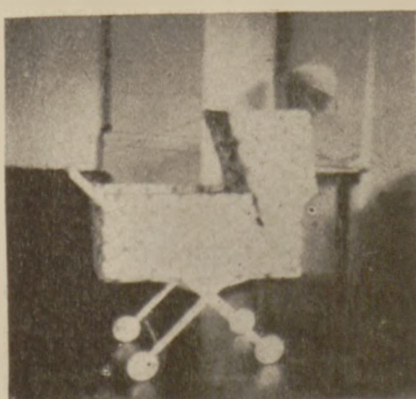
Dziecko otyłe. Nadmierne odżywianie niemowlęcia sprzyja krzywicy.



Nawet przy karmieniu piersią, jeśli dziecko ssie dniem i nocą, bywa przekarmiane, a to sprzyja krzywicy.



Karmienie sztuczne, a zwłaszcza jednostronne przekarmianie mlekiem krowiem, jest najczęstszą przyczyną krzywicy.



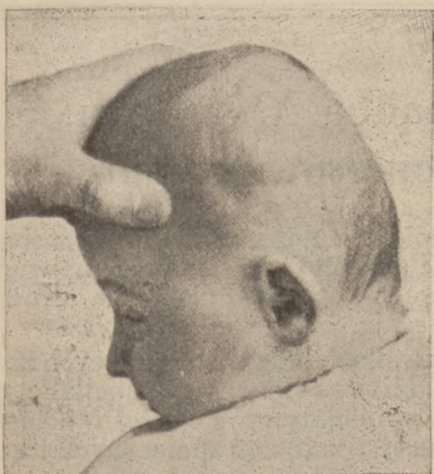
Brak światła: łóżeczko (względnie wózek) umieszczono w ciemnym kącie pokoju.



W głębokim ceratowym wózku dziecko ulega przegrzaniu, co osłabia ustrój i usposabia go do krzywicy.



To samo zachodzi, gdy się dziecko wynosi na spacer zbyt opatulone.



Łysinka na tyle główki występuje wskutek pocenia się i dowodzi przegrzewania dziecka.



Wszelkie choroby, przebiegające z gorączką, jak również rozwolnienia, sprzyjają krzywicy. Na obrazku dziecko, u którego po zapaleniu ucha środkowego wystąpiły pierwsze objawy krzywicy.

Dr M. ZAKS.

nie mogą przywrzeć łopatek do klatki piersiowej. To-samo odnosić się będzie do stale zadartej głowy do góry, co nastąpiło wskutek niedostatecznego wyćwiczenia mięśni szyi.

I dlatego pierwszym warunkiem zwalczania złej postawy dziecka, to stwierdzenie wady przez lekarza, i rozpoczęcie usuwania jej drogą systematycznych ćwiczeń gimnastycznych, zaleconych przez lekarza do przerabiania w domu, lub wykonywanych przez dziecko w odpowiednich kompletach.

Zwracanie uwagi na dobrą postawę dziecka jest niezwykle ważne, gdyż jak twierdzą amerykańscy lekarze, 30% ludzi posiada wady postawy, których złe skutki mogą być odczute w wieku szkolnym lub młodzieńczym.

Ponieważ wady postawy są usuwalne w młodym wieku dziecka, najlepiej je zawczasu korygować.

W kształceniu samej postawy nie należy wpadać w przesadę, tj. starać się o nadmierne wyprostowanie ciała. Tę sztywną sylwetkę, spotykaną bardzo często u dawnych wojskowych zarzucono zupełnie ze względów wychowawczych i usprawnienia ciała. Jest ona raczej sztuczną, wydętą niczem balon, nie zaś codzienną, swobodną, pozwalającą czuć się zawsze dobrze.

Dr. T. Chrapowicki.

Analfabetyzm — to hańba XX wieku. Stań do szeregów pionierów oświaty!

Analfabetyzm, dzierżący w ciemnocie 6 z górą miljonów dorosłych i dorastających mieszkańców Państwa Polskiego, to jedna z największych przeszkód na drodze mocarstwowego rozwoju Polski, na drodze ku podniesieniu kultury i dobrobytu w kraju.

To też na najgorętsze poparcie wszystkich ludzi rozumiejących znaczenie oświaty, zasługuje akcja p. n. „Miesiąc likwidacji analfabetyzmu“, którą w listopadzie rozpoczyna, z inicjatywy Polskiej Macierzy Szkolnej, kilkadziesiąt wielkich organizacyj i zrzeszeń społecznych i kulturalnych.

Akcja odbywać się będzie w ten sposób, iż każdy kto zgłosi swój akces do tej wielkiej doniosłej akcji nauczy jednego analfabetę czytać.

Praca nad realizacją haseł „Miesiąca likwidacji analfabetyzmu“ zakreśla w poszczególnych organizacjach coraz szersze rozmiary. Ochotnicza armja żołnierzy oświaty polskiej z dnia na dzień powiększa się.

Wszelkich bliższych informacyj w sprawie Miesiąca walki z analfabetyzmem udziela Zarząd Główny Polskiej Macierzy Szkolnej w Warszawie, Krakowskie Przedmieście 7.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

Odżywianie dziecka w pierwszych 4 tygodniach życia.

(Karmienie piersią).

1. *Ile razy na dobę należy karmić noworodka?*

Zdrowego, donoszonego noworodka należy karmić 7 razy na dobę.

2. *Czy w każdym przypadku należy tyle razy karmić?*

Tak. Wyjątkowo tylko, gdy noworodek jest bardzo słaby, można za zgodą lekarza karmic go częściej.

3. *A czy można noworodka karmić mniej niż 7 razy na dobę?*

Zasadniczo można, ale na to się godzą tylko noworodki silne i duże.

4. *Czy można zatem przystawiać dziecko do piersi tylko dla uspokojenia go, gdy krzyczy?*

Stanowczo nie można.

5. *W jakich odstępach czasu winno odbywać się karmienie?*

Co 3 godziny, przyczem pierwsze karmienie odbywa się zazwyczaj o godzinie 6-ej, a ostatnie o godzinie 24-ej.

6. *A czy w nocy (między godz. 24—6-tą) karmić nie potrzeba?*

Nie potrzeba. W nocy zarówno matka, jak i dziecko winni odpoczywać. Gdyby dziecko płakało, można mu dać pić (kilka łyżeczek wody, rumianku lub lekkiej herbaty).

7. *Czy należy dziecko obudzić, gdy nadchodzi godzina karmienia, a ono jeszcze śpi?*

Tak. Trzeba wtedy obudzić je, by przyzwyczaić do stałego karmienia o tej porze.

8. *Jakiej zatem należy trzymać się zasady?*

Należy przestrzegać, by poszczególne karmienia odbywały się codziennie regularnie w jednych i tych samych godzinach.

9. *Jak długo trzeba dziecko trzymać przy piersi?*

10—15 minut.

10. *Czy 15-tominutowe karmienie wystarczy?*

W zupełności wystarczy. W następnych bowiem minutach dziecko wysysa tak małe ilości pokarmu, że nie mają one praktycznie znacze-

nia. Dłuższe trzymanie dziecka przy piersi może tylko prowadzić do maceracji brodawki.

11. *A jeśli dziecko wszystkiego pokarmu z piersi nie wyssie?*

To resztę należy odstrzyknąć i podać mu łyżeczką.

12. *Jak karmić, czy naraz z obydwu, czy też z jednej piersi?*

Karmić należy naraz tylko z jednej piersi.

13. *Dlaczego?*

Pierwsze porcje pokarmu zawierają małe ilości tłuszczu, a w końcowych zaś porcjach tłuszczu jest bardzo dużo. Jeśli więc dziecko przystawiać naraz do obu piersi, to ono traci na tem, bo wysysa tylko chudy pokarm.

14. *Czy niewyssana i pozostawiona reszta pokarmu w piersi odbija się ujemnie na dalszem karmieniu?*

Tak. Ponieważ dziecko przyzwyczaja się do wysysania tylko tej części pokarmu, która mu łatwiej przychodzi; do pozostawiania pokarmu, który musi ssać z większym wysiłkiem; rozleniwia się i pozostawia w piersi stopniowo coraz więcej pokarmu. Niezupełne zaś opróżnianie piersi prowadzi do szybkiego zmniejszania się ilości pokarmu.

15. *Czy są jeszcze i inne powody, przemawiające przeciw karmieniu naraz z obu piersi?*

Tak. Łatwiej wtedy ustrzec pierś

matki przed różnemi schorzeniami (pęknięcia brodawki, starcia naskórka i t. p.).

16. *Ile dziecko powinno wysysać naraz pokarmu w pierwszych tygodniach życia?*

W pierwszych dniach życia dziecko powinno wysysać naraz tyle pokarmu, ile ma dni bez jednego mnożonych przez 10 — aż do czasu, gdy dojdzie się do 80 gr. na porcję. Ta wielkość porcji pozostaje aż do końca I-go miesiąca życia.

17. *Jak to się przedstawia przykładowo?*

Dziecko pięciodniowe wysysa 10 × 4 (5 — 1) = 40 gr. na porcję.

18. *O czem należy pamiętać przy tego rodzaju obliczeniach?*

Że są to liczby przeciętne i mogą być zatem od nich pewne odchylenia.

19. *Jak długo należy karmić dziecko 7 razy na dobę?*

Zazwyczaj w przeciągu pierwszego miesiąca życia.

Dr. P. Wójciak.

Paznokcie u dzieci.

Paznokcie u dzieci. Co za miły temat, obejrzyjmy łapki naszych wszędobylskich szkodników. Inspekcja taka gotowa odebrać na dwa dni apetyt.

Łapki brudne — a paznokcie! lepiej zawartości kryjących się pod niemi nie analizować.

Paznokcie — to jeden z naszych grzechów głównych w higjenie dziecka. Z jednej strony brak nam wytrwałości w przeprowadzeniu wszystkich szczegółów w pielęgnacji dziecka — z drugiej — może nieznajomość, bądź pełne lekceważenie ważności niektórych przepisów higjenicznych. Sumienie swoje łatwo usypiamy—u starszych dzieci spotykamy się ze zdecydowanym oporem przed niemiłym zabiegiem obcinania paznokci, — a to wystarcza często, byśmy zaniechali tualety palców. Dziecko nerwowe krzyczy, ba! zanosi się niekiedy. A niejeden spryciarz, dobrze zorjentowany, jakie to wrażenie robią na otoczeniu jego wyczyny, urządzi taką awanturę, że lepiej mu ustąpić.

Ustępujemy wtedy — a polityka ustępstw do niczego dobrego nie prowadzi.

Paznokcie stale odrastają i to dość szybko. Nieobcinane w porę, źle pielęgnowane zniekształcają się, załamują, w obwodowej swej części rosną zabardzo ku bokom, wrastają w rowek skórny, wywołują zapalne podrażnienie skóry, a jako następstwo zalegającego brudu, dają często ropienia przy brzegach paznokcia.

Gniewamy się na dzieci, że obgryzają paznokcie. Nas rodziców należy ukarać za to złe przyzwyczajenie dziecka. Są to dzieci przeważnie nerwowe—najmniejsza sprawa wyprowadza ich z równowagi. Głupi paznokieć też. Obetnijmy krótko paznokcie, a dziecko palca napewno gryźć nie będzie.

O skórze dziecka pisaliśmy już wiele razy, zawsze podkreślając jej łatwość zakażenia. Zwykłe banalne zadrapanie skóry kończy się niekiedy długotrwałem, przykrem ropieniem.

U dzieci, na skórze zwłaszcza twarzy, koło ust, skrzydełek nosa, na brodzie, widzimy wykwity, jakby owrzodzenia sączące, pokryte zaschniętą wydzieliną.

Odznaczają się one dziwną złośliwością przez łatwe przenoszenie się z miejsca na miejsce.

Ale bądźmy uważni w obserwacji dziecka. Dużo tych wykwitów przenieść się może na skórę nóg, brzucha, pośladków. Na plecach ich brak. Tam dziecko nie dostanie tak łatwo palcami, nie uszkodzi skóry

przy drapaniu brudnemi paznokciami. Zastosowanie maści, kąpiele, okłady nie dadzą dobrego wyniku dopóty, dopóki z paznokciami nie zrobimy porządku.

Nie będę mnożył więcej przykładów, te sądzę mają swoją wymowę.

Wspomnę jeszcze tylko o jednem utrapieniu — o robakach owsikach, drobnych małych niteczkach w stolcu. Owsiki sprawiają dzieciom przykre dolegliwości, zwłaszcza swędzenie w kiszce stolcowej.

W cierpieniu tem powstaje błędne koło. Dziecko ma brudne paznokcie—ileż razy są one koło ust, w buzi.

Przykre uczucie swędzenia zmusza dziecko do drapania się w okolicy odbytu. Gdyby nie brudne paluchy wyleczylibyśmy łatwo chorobę, za paznokciami tkwią jaja pasorzytów.

Pierwszy zasadniczy warunek i jedna jedyna prośba — utrzymujmy ręce i paznokcie dziecka od pierwszych miesięcy życia w porządku— a wiele unikniemy trosk; dziecku zaś zaoszczędzimy wielu niepotrzebnych cierpień.

Spotykamy małe kilkuletnie dzieci, zwłaszcza dziewczynki, z pięknie wypolerowanemi, ba nawet barwionemi paznokciami.

Wielkie nieporozumienie i błędne zastosowanie się do wskazówek higjeny.

Na wierzchu pozory świetnej czystości, a pod paznokciem o wstydzie! — brud, żałoba.

Dr. St. Bielobradek.

Podsłuchane rozmowy.

„Obawa rodziców o to, że ich dziecko w szpitalu z tęsknoty jeszcze bardziej rozchoruje się, jest zupełnie nieuzasadnione".

„Był już doktór?"

„Był, tylko co wyszedł".

„No, i co powiedział?"

„Powiedział, że choroba jest dla niego niejasna. Dla należytego wyświetlenia istoty cierpienia potrzebna jest przynajmniej kilkudniowa obserwacja w szpitalu. Dziś na rozpoznanie nie decyduje się, a że nie chciałby rodziców pozostawić w niejasności i sam pragnąłby jaknajprędzej rozwikłać tę sprawę, zedrzeć zasłonę, jaką jest okryte to cierpienie, dlatego też nalegał na to, abyśmy dziecko swoje odwieźli do szpitala".

„I zgodzili się państwo na to?"

„Nie było innego wyboru".

„Dlaczego? A czyż nie można było wezwać innego doktora?"

„Do tego mamy zaufanie i wierzymy, że jeżeli ta choroba dla niego jest ciemną, to dziś lub jutro nie wyjaśnią jej również inni lekarze mniej lub więcej rozreklamowani. A w szpitalu to co innego, tam pod ręką są rozmaite środki badania, zapomocą których łatwiej i prędzej będzie można lekarzom podejść do właściwego rozpoznania".

„A ja nigdy nie zgodziłabym się oddać swoje dziecko do szpitala".

„Dlaczego?"

„Bo wyobrażam sobie, jak takie dziecko będzie tęskniło do rodziców. Toć to zdrowe dziecko może rozchorować się w szpitalu, a cóż dopiero mówić o dziecku chorem".

„Takie obawy i przypuszczenia wyrażaliśmy wobec lekarza, ale jego argumentami zostaliśmy pobici."

„Mnie znowu tak łatwo nie przekona, bo widziałam na własne oczy, jak dziecko rozpaczliwie płakało w przedsionku szpitala, kiedy wzięto je z rąk matki i niesiono na salę".

„Być może, że w momencie rozstawania się z rodzicami dziecko mniej lub więcej rozpacza, może nawet, znalazłszy się na sali w szpitalu tęskni do rodziców, ale ta tęsknota nie trwa tak długo i nie jest tak wielka, jak wielu rodzicom zdaje się".

„Ja tylko wiem o tem, że moje dziecko jak zachoruje, to ja ani na chwilę nie mogę od niego odejść, bo zaraz krzyczy „mamusiu!", chyba że zaśnie, wtedy mam spokój, cóż więc stałoby się, gdybym je oddała do szpitala, jakież to byłyby rozpaczliwe krzyki!"

„Tak i ja wyobrażałam sobie, ale mój doktór wyprowadził mnie

z błędu. Twierdzi on, że o jakiejś nadzwyczajnej tęsknocie dziecka w szpitalu mówią wszystkie niemal matki, tymczasem tak nie jest, bo dziecko, znalazłszy się w nowem otoczeniu, prędko zapomina o swoich rodzicach, zaprzyjaźnia się ze swemi pielęgniarkami i lekarzami i nierzadko przez długie lata wspomina mile swoje otoczenie w szpitalu. Pomijając często konieczność umieszczenia dziecka w szpitalu czy w celu leczenia, bądź w celu ustalenia djagnozy, otóż pomijając to, dziecko dużo zyskuje przez swój pobyt w szpitalu, staje się niemal zawsze grzeczniejsze, odważniejsze, milsze i poniekąd uspołecznione.

Szpital często poprawia błędy wychowawcze rodziców, którzy zanadto nieraz dzieci swoje kochają, zanadto przez to je pieszczą i, niechcąc, psują".

„Bo ja wiem, może to i prawda".

„Jestem pewna, że tak jest. Zdaniem mego lekarza obawa rodziców o to, że dziecko z tęsknoty w szpitalu jeszcze bardziej rozchoruje się, jest zupełnie nieuzasadniona".

S. S.

Sytuacja dziecka we wczesnem dziecięctwie.

2. Dążenie do znaczenia.

Mówiliśmy poprzednio, że dziecko w miarę wzrastania i stykania się z dorosłemi osobami swojego środowiska, zaczyna boleśnie odczuwać, że jest w porównaniu z niemi słabe i bezradne, bezbronne i całkowicie uzależnione od ich łaski lub niełaski. Ponieważ dorośli nie oszczędzają zazwyczaj miłości własnej i godności osobistej dziecka i podkreślają częstokroć bez zastanowienia się swoją nad niem przewagą, dziecko zaczyna myśleć, że dorośli cenią je mniej od siebie, że je traktują jako istoty mniej wartościowe.

Dziecku trudno się jednak pogodzić z myślą, aby mniej od dorosłego znaczyło, aby nie zasługiwało na poważne traktowanie swojej osoby.

Ale jeśli dorośli przez dłuższy czas będą wywierać nacisk, pomniejszający poczucie własnego znaczenia dziecka, zacznie ono myśleć, że jest jakoś specjalnie pokrzywdzone przez los, że pada ofiarą złej woli, podobnie jak ów Kopciuszek ze znanej bajki, Kopciu-

szek, który po utracie dobrej matki, wpadł w ręce przewrotnej macochy, usiłującej krzywdzić go tylko.

W wyniku takiego rozumowania, albo dziecko zacznie myśleć o sobie, że:

1) nie dorównywa innym, t. zn. że jest gorsze, mniej warte od innych ludzi i że właściwie niewiele może się od życia spodziewać dobrego. Traci więc odwagę życiową i zaczyna się od życia stopniowo oddalać;

2) że ludzie się do niego jakoś specjalnie uprzedzili. Z takich to dzieci będą się później rekrutowali późniejsi malkontenci, obraźliwi i bardzo wrażliwi na wszelką ujemną o sobie opinję towarzyszy, czy zwierzchników.

W obydwóch wypadkach dzieci nie czują się na świecie dobrze. Świat jest dla nich zły, nieczuły na ich niedolę, a ludzie — poprostu *wrogami*. Wydaje się im, że wszyscy pragną je poniżyć, ośmieszyć, podkreślać jego słabe strony.

Nic więc dziwnego, że w takich warunkach wytwarza się w dziecku specjalne nastawienie do świata pod kątem widzenia wrogości. Ponieważ dziecku jest źle na świecie, ponieważ ludzie, jak mu się wydaje, nie lubią go, więc traci ono ochotę do nawiązywania kontaktu z otoczeniem w obawie porażki lub conajmniej okrycia się śmiesznością. Zranione kiedyś w swej dumie, cofa się przed każdą możliwością doznania ponownej porażki i związanego z nią doznania nieprzyjemnego uczucia, rezygnuje z próby zwykłego, pokojowego zbliżenia się do ludzi. Wycofuje się, a raczej oddala od życia. Zamyka się jak ślimak w skorupie w sobie i staje odtąd na uboczu życia. Czasem jednak wraca i rzuca się wtedy naprzekór sobie i innym w wir życia.

Cóż się dzieje w głębi duszy takiego dziecka? Czy i ono samo o sobie sądzi, że mniej jest warte od innych?

Nie. Przeciwnie. Zaczyna myśleć tylko, że ludzie go nie doceniają, że poprostu nie znają jego *prawdziwej wartości.* O ile poznają je i jego istotną wartość, nietylko je zrehabilitują, ale zaczną je nawet podziwiać. Dziecko takie zaczyna myśleć, że wskutek niesprzyjających dla niego okoliczności życiowych nie mogło dotychczas ujawnić faktu, że jest lepsze, mądrzejsze, wartościowsze od osób swojego otoczenia, które niem pomiata niesłusznie i źle traktuje. Dziecko takie, podobnie jak Kopciuszek z bajki mniej lub więcej świadomie stawia sobie cel: ujawnić swoją prawdziwą istotę, czyli inaczej mówiąc, zaczyna dążyć do *wyrównania poczucia niepełnowartościowości.*

Już we wczesnem dzieciństwie można zauważyć usiłowanie dziecka do wysuwania się naprzód, na pierwszy plan, do wymuszania uwagi rodziców w obawie, aby go nie zaniedbywano. Jest to oznaką, że dziecko broni się przed poczuciem mniejszowartościowości. Rozumowanie dziecka bywa zazwyczaj takie:

— Myślicie, że jestem za mały, aby poświęcać mi czas... myślicie, że można mnie zbyć byle czem, że nikt się za mną nie ujmie i t. d.

I dziecko zaczyna płakać głośno, coraz głośniej.

Rezultat będzie różny. Albo matka zaniepokoi się bardzo i odrazu przybiegnie do dziecka, które w ten sposób osiągnie swój cel, albo matka je zlekceważy. Wówczas pogłębi się jeszcze więcej uczucie małowartościowości dziecka. Straci ono ochotę do występowania czynnego, zamknie się w sobie i jak Kopciuszek będzie czekało, t. j. marzyło o chwili, kiedy to *„wyjdzie na jaw“*, że nietylko ono nie jest gorsze od innych, ale przeciwnie — lepsze, mądrzejsze i t. d.

Starsze dziecko inaczej się zachowuje:

Nie poprzestaje na płaczu. Zacznie agresywnie domagać się, aby zwracano na nie uwagę, aby nie ignorowano go. Wybiera wówczas dwie drogi: albo przymilanie się, schlebianie, daleko posunięte posłuszeństwo, albo występowanie antyspołeczne: psoty, niszczycielstwo. W przypadku pierwszym, kiedy to dziecko jest miłe, dobre i użyteczne niekiedy, zmierza, aby je wyróżniano dodatnio. Pragnie słyszeć ciągle:

— Jakie z tego Janka, Zosi, czy Maryni, dobre dziecko! Jako przykład należy je przed oczy innych dzieci stawiać!

W drugim przypadku — antyspołecznego zachowania się, cel dziecka jest również jasny. Pragnie, aby za wszelką cenę mówiono o niem i wyodrębniano je z pośród innych dzieci. Osiąga wreszcie to, że matka załamując ręce, nie przestaje o niem mówić:

— Co ja z tym Olkiem, Heńkiem, Baśką pocznę! Wytłukła dziś młodszego brata. Nasypała piasku do garnka z gotującą się zupą! Wybrudziła tapety masłem i t. d.

I przez cały dzień imię „wyrodnego“ dziecka nie schodzi z ust matki.

W ten sposób dziecko osiąga swój cel. Będzie złe lub leniwe, aby zmusić rodziców do zajmowania się niem więcej, niż innymi członkami rodziny, albo też będzie dobre i grzeczne, posłuszne, aby ściągnąć na siebie uwagę w formie nagrody. Skoro cel życia dziecka został wytknięty, — a celem tym jest dążenie do znaczenia, to całe życie dziecka zostaje podporządkowane usiłowaniu dopięcia tego celu. Dziecko może się wtedy rozwijać ujemnie, aby tylko dopiąć celu, lub też może się stać nadzwyczaj udane i dążyć do użytecznego celu. Często można zauważyć, że jedno dziecko pragnie zwrócić na siebie uwagę

swoją niepohamowaną niesfornością, gdy inne, chytrzejsze, czy mniej chytre, stara się osiągnąć to samo przez nadzwyczajną grzeczność.

Dzieciom takim przestaje naogół wystarczać ich początkowe dążenie, usiłowanie wyrównania poczucia mniejszowartościowości. Nie pragnie już tylko być takie, jak inne dzieci, ale za wszelką cenę pragnie innych *przewyższyć*.

Zawsze się tak dzieje, gdy poczucie mniejszowartościowości za bardzo gnębi dziecko. Wówczas ono w obawie, aby źle nie wyjść w późniejszem życiu, nie poprzestaje na samem tylko dążeniu do wyrównania go, lecz sięga dalej, do *nadwyżki*.

To dążenie do odgrywania pewnej roli, do zdobycia władzy i osiągnięcia przewagi zaostrza się z biegiem czasu i potęguje niekiedy do chorobliwości. Takim dzieciom przestają wystarczać zwykłe warunki życia. Ponieważ stawiają sobie wysokie cele — okazanie przewagi — będą z rozmachem wykonywać ruchy wielkie, rażące. Z niezwykłym pośpiechem, posłuszne silnym popędom, przekraczającym zwykłą miarę, bez względu na otoczenie, usiłują zabezpieczyć własną pozycję. Wskutek tego rażąco odcinają się od osób swojego środowiska, zakłócają im życie i w ten sposób (wskutek czynnej postawy wrogiej) zmuszają ich do podejmowania obrony.

A rezultat bywa taki:

Dzieci takie powstają przeciw wszystkim (chcą wszystkich przewyższyć), więc wywołują odpowiedni odzew: wszyscy powstają skolei przeciw nim. Albowiem swoją ambicją, którą nie potrafią w dzieciństwie kierować i przejawiać w sposób pożyteczny, zaostrzają stosunki z ludźmi.

Przez niezwykłe wysiłki, przy pomocy których dzieci takie starają się przewyższyć wszystkie inne, stają w sprzeczności z wspólnemi zadaniami swojego otoczenia. I dlatego *im źle i z niemi źle*.

Racjonalne wychowanie powinno zapobiec zarówno możliwości, powstania w duszy dziecka uczucia mniejszej wartościowości, jak i dążenia do znaczenia.

Ale o tem pomówimy następnym razem.

Stefanja Lewartowicz.

UWAGA. Wysyłanie numerów grudniowych zostaje wstrzymane wszystkim Paniom Prenumeratorkom, od których do dnia 30 listopada włącznie nie nadejdzie wpłata za kw. IV b. r.

Pocztowe przekazy rozrachunkowe (niebieskie) zostały dołączone do Nr. 19 oraz blankiety P. K. O. (pomarańczowe) do Nr. 21 dwut. „Młoda Matka". Przekazywanie należności za prenumeratę niebieskim przekazem pocztowym lub pomarańczowym blankietem P. K. O. jest bezpłatne.

Nie należy gnębić dziecka.

Czteroletni Tadzio grymasi. Uparł się, nie chciał jeść śniadania „jak człowiek" przy stole razem zę wszystkiemi — wlazł pod stół, udawał psa, chwytał wszystkich za nogi, nie usłuchal matki, gdy mu kazała usiąść na miejscu, wylał kawę, bo pociągnął ze złości obrus, wreszcie położył bułkę na krześle i ojciec usiadł na niej, plamiąc sobie garnitur.

Tadzio zupełnie słusznie dostał klapsa, ale postawiono go do kąta, i nie dostał śniadania, a potem długo, o wiele za długo, gniewano się na niego. Mamusia nie mówiła z nim jeszcze podczas obiadu, tatuś powiedział, że nie chce go znać. Chłopczyna miał nieszczęśliwą ale zaciętą minę, podparł się rączką, zmarszczył się, nie odpowiadał służącej, obiadu prawie nie jadł, choć był wygłodzony. Czy nie za długo gniewano się na dziecko? W ten sposób dziecko uczy się zawziętości, przyzwyczaja do dąsów. Kiedy wystarczyłoby ukarać go i nie wprowadzać ponurego nastroju.

Trzyletni Maciuś uderzył ojca w twarz, z którym jest zresztą w wielkiej przyjaźni, kochają się i „szanują" nawzajem—za co został sromotnie wyrzucony za drzwi z gabinetu.

Maciek zapłakuje się, nie chce nikomu powiedzieć co się stało, co zbroił i za co go wyrzucono, chowa główkę na kolanach matki i rozpacza. Po chwili zwierza się swemu dwunastoletniemu bratu, Markowi, którego zresztą całuje w rękę, kiedy ten wychodzi do szkoły.

— Fujarą jesteś — orzeka Marek — idź, przeproś ojca — Maciek ostrym krokiem maszeruje, ale przy drzwiach traci odwagę. Wraca! — Chodź ze mną — Marek odprowadza go — Mały wysuwa się nieśmiało, staje przy biurku patrzy ojcu w oczy.

— No, stary koniu, masz tu książkę, siadaj na dywanie, oglądaj i nie przeszkadzaj mi.

Maciek siada i przysuwa się coraz bliżej, wreszcie obejmuje nogę ojca i przytula się do niej — przyciska buzię. Ani słowa: przeproś, pocałuj, nigdy już nie będziesz. W tym wypadku zawsze mnie bierze ochota podpowiedzieć dziecku „nie będę, przedostatni raz" to przynajmniej taka „przysięga" byłaby wykonalna.

A jednak jestem pewną, że Maciek, bo jest straszny urwis, rozmaite szprynce będzie robił, ale nie uderzy już ojca nigdy w twarz — choć nie był zgnębiony przez ojca a głównie upokorzony.

Przy wyjściu z Łazienek, w Al. Ujazdowskich wsiada do tramwaju zapłakany chłopczyk, może 5-o letni, a za nim srodze zasapana wychowawczyni, osoba, tak, pod czterdziestkę.

— Czego ty płaczesz, no, powiedz, czego płaczesz, taki duży chłopiec żeby płakał, niewiadomo czego, wstyd, ja się za ciebie wstydzę, wszyscy patrzą się na ciebie, przestań w tej chwili płakać...

Potok, morze całe słów, istny karabin maszynowy... Chłopczyna staje akurat przedemną, zapłakany, nosek chowa w otwartem oknie, pochlipuje scicha, ale coraz słabiej, uspakaja się, zobaczył zapewne coś ciekawego. Przyglądam się chłopcu z boku. W zarosiałych oczkach przewija się uśmiech do tego czegoś co zobaczył na ulicy.

Opiekunka przez ten czas usadawia się, przekłada z ręki do ręki bagaż: piłkę koszyczek od śniadania, płaszczyk, płaci za bilety, jednem słowem zajęta jest.

Kiedy już wszystko załatwiła, zaczyna się znowu: — siadaj tu koło mnie — (poco? — dwa miejsca zajęte, chłopiec ma usiąść na trzeciego) — siadaj, mówię ci i powiedz mi czego ty płaczesz? — no!

Chłopiec odwraca główkę i zaczyna rzewnie płakać.

Nie wytrzymałam. Niechże pani zostawi go w spokoju, na chwilę— odezwałam się, za co spotkało mnie groźno-ironiczne spojrzenie, ale moje musiało być groźniejsze, a przynajmniej więcej stanowcze, bo nic mi się nie dostało za wtrącanie się nie do swoich rzeczy. Pokazałam chłopcu śmieszną scenę na ulicy, jak maleńki piesek ujadał na wielkiego wilka, a on się dobrotliwie uśmiechał i nie prawił mu morałów. Chłopiec roześmiał się tak wesoło i z takiem zaufaniem oparł się o mnie, że już wcale nie bałam się srogiej pani, tylko pomyślałam sobie:

— Jeśli do tego stopnia nie potrafisz odczuć co się dzieje w duszy dziecka ani zrozumieć jego dramatów, które trzeba uszanować, czy nie lepiej zająć się np. robieniem sztucznych kwiatów?

Pomyślałam to bez zlośliwości, tylko ze smutkiem. Nie trzeba gnębić dziecka, bo życie, które go czeka, jest i tak ciężkie.

Wanda Kalinowska.

KOMUNIKAT.

„SŁONKO“

Ukazało się nowe pismo dla dzieci „Słonko", przystosowane do wieku od lat 4-ch do 8-miu.

„Słonko" jest urozmaicone w treści, wesołe i bardzo przystępne.

Strona literacka i graficzna stoi na wysokim poziomie. Pismo jest bogato ilustrowane, wszystkie obrazki kolorowe!

„Słonko" redaguje Janina Porazińska.

Siedzibą „Słonka" jest Warszawa, ul. Smolna Nr. 7. Konto P.K.O. 29.280.

Prenumerata wynosi 1 zł. miesięcznie.

Niech dzieci same sobie robią zabawki.

Jureczek ma 6 lat, Zosia — 5. Rodzeństwo bardzo dobrane, gdyż obojgu nie brak pomysłów, jeśli chodzi o „zmajstrowanie" tego lub owego. Cóż — kiedy owo „majstrowanie" miewa najczęściej opłakane skutki i... cały efekt wspaniałych wysiłków jest popsuty.

Jureczka interesują samochody i samoloty, Zosię teatr i menażerja. Często matka nie może poznać pokoju, bo albo poprzestawiane meble i powyciągane suknie z szafy są dekoracjami i kostjumami w scenach z życia zarówno zwierzęcego jak i ludzkiego, albo — „teren oczyszczony z gratów" (pogardliwo-techniczne wyrażenie Jurka) służy do rozbijania się wyimaginowanym samochodem, albo — w najlepszym razie — latają w powietrzu, powiązane w różny sposób patyki i tłuką, co się da.

— Zosiu... Jureczku... a możebyście zrobili sobie zwierzątka... samochód... osobowy...?

— Jak? jak?

— No, z gałganków, z patyczków, z papieru...

— Ee... Ja już probowałem. Ale to na nic. Wyciąłem kapitana Bajana i nie chciał stać.

— Ja też wycięłam kotka, a on wziął się i przewrócił.

— A gdybym wam, moje dzieciaki, pokazała parę sposobów, jak należy wykonać podstawki do tych waszych figurek, żeby stały równo i nie przewracały się?

— Dobrze, dobrze!

— No to uważajcie.

Najprostszy sposób — to podstawka z „prostokątnego" kawałka papieru. Prawda, jak to mądrze brzmi? O, z takiego długiego np. na palec t. j. o długości palca, a szerokiego na szerokość dwuch paluszków. Najlepiej jednak będzie, gdy wam przygotuję sama wzór. Oto macie paseczek długi na 6 cm. (t. j. takich malutkich kawałeczków) i szeroki na 2 cm. Złóżmy go na pół. Teraz na trzy części. Rozłóżmy. Nasz paseczek został podzielony na 6 równych cząstek. Oznaczmy te cząsteczki: kreskami, kółkami, kwadracikami (fig. 1).

Macie wzór gotowy. Zróbcie drugi pasek taki sam, a potem złóżcie go w ten sposób, aby kwadracik padł na kwadracik, kółko na kółko, kreska na kreskę. Kółko z kółkiem i kwadracik z kwadracikiem można zszyć albo skleić, albo spiąć zatrzaskami, uważając, by płaska strona zatrzaska była od spodu. Między „kreskę" a „kreskę" (fig. 2) wkładamy figurkę, potem zszywamy, zlepiamy lub też spinamy zatrzaskami. Figurka stoi jak mur (fig. 3). Sposób spinania jest łatwy i nawet Zo-

sia może to wykonać. Trzeba tylko najpierw w miejscu spięcia zrobić szpilką dużą dziurkę na wylot. Naturalnie, że jeśli figurka będzie większa, to i pasek należy przygotować większy — i naodwrót.

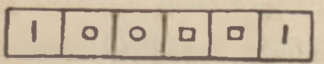


fig. 1



fig. 2

Teraz, Jurku, daj mi kawałek tekturki i czystą gilzę z pudełka tatusiowego.

Z tekturki wycinam kółko. U gilzy odcinam bibułkę, a resztę nacinam w trzech miejscach. Odchylam nacięte paseczki. Przylepiam je do kółka. Przyciskam czemś ciężkiem, żeby dobrze zaschło. Drugi koniec przylepionej rurki przecinam dość głęboko. To wam zawsze zrobi Tatuś — żyletką. W uczynioną szpar-



fig. 3



fig. 4

kę zatykam figurkę. Też się trzyma (fig. 4). Oba sposoby dobre, ale ten pierwszy — lepszy.

Ale czy nie zadużo na raz? Nauczcie się najpierw tego. Do roboty, kochana dzieciarnio.

Janina Stawe.

11 listopada.

Pamiętna rocznica narodowa, a dziecko małe!

I tu, jak w tylu innych ważnych okolicznościach, najbardziej prosty stosunek do rzeczywistości, staje się konieczny.

Kiedy szpalty pism przepełnione są materjałem okolicznościowym, dorośli, wszystko, co sami wiedzą o tej dacie, chcą przelać w dziecko—niech wie jak najprędzej, niech pamięta, to takie przecież ważne. I rzucane są nazwiska, daty wiersze.

Inni rodzice trzymają dziecko zdaleka od obchodów narodowych, kiedy który z członków rodziny „wyrwie się", żeby dziecku coś objaśnić — hamują go ostrzeżeniem: „Daj spokój! za mały jeszcze—przyjdzie czas na to, jak dorośnie".

U jednych rodziców gra rolę pewnego rodzaju zarozumiałość: „ich" dziecko wszystko zrozumieć może, trzeba mu „wszystko" opowiedzieć. Inni uważają dziecko za głupiutkie stworzonko.

Rozbieżność w zapatrywaniach jest tu duża.

Dziecka nie można wysunąć poza nawias tego, co je otacza — tylko nie chodzi o mnogość danych rocznicy — idzie raczej o wrażenia, pojęcia, że dzieje się naokół niego coś niezwykłego, rozpamiętuje się coś wielkiego. Data kalendarzowa

splecie mu się w sercu i umyśle, skojarzy z odczuciem radości dnia.

Koroną tego będzie, jeśli ktoś ze starszego pokolenia, Babcia, Dziadek, opowie swe przeżycia szkolne, jak za jedno słowo, powiedziane po polsku przez nieznanego „złoczyńcę", którego się doszukać nie mogła władza szkolna — cała klasa miała zmniejszony stopień ze sprawowania; jak za znalezioną książkę patrjotyczną wydalano ze szkół z „biletem wilczym", t. j. bez prawa wstąpienia do innych szkół; jak Babunia, chcąc wysłuchać lekcyj historji polskiej, musiała o godzinę wcześniej zjawiać się na pensji. Jak Pradziaduś uciekł ze szkoły, przemycił się przez rogatki w furze z drzewem i uciekł „do partji" walczyć, żeby Polska była wolna. I t. d. i t. p.

Tyle tego materjału, żywej tradycji jest jeszcze po domach polskich!

Jak to było za Niemca — opowie już i Tatuś i Mamusia... Na wrażliwość dziecka i jego uczucie działajmy, usłyszana opowieść, głęboko zapadnie.

A kiedy młody rozumek okrzepnie i czas przyjdzie: dalszy ciąg zrobi szkoła, książka, odczyt, obchód.

Tylko jeden niezbędny, konieczny warunek: trzeba, żeby otoczenie dziecka istotnie, gorąco czuło doniosłość i wielkość chwili. Nieszczerość w słowach odczuje sześcio, siedmiolatek, choć taki maleńki, głupiutki—do tego rozumu okrzepłego nie trzeba...

Józefa Gażyńska.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani S. Dylowej.* Djeta 11-miesięcznej córeczki Pani powinna być następująca. 6, 13 i 20 — 180 gr. mleka + $1^1/_2$ łyż. od herb. cukru + 2 łyż. od herb. tartego sucharka, kaszy manny lub krakowskiej, 9^{30}— kasza na smaku z jarzyn i jarzyny, 16^{30}—zupa jarzynowa lub owocowa, gęsta bez śmietany. Prócz tego sok z marchwi, cytryny lub pomarańczy do 8 łyż. od herbaty dziennie. Gdy mała skończy rok, można będzie przejść na 4 jedzenia. Wówczas poszczególna porcja będzie wynosić koło szklanki.

2. *Pani M. Martynow.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

3. *Pani M. Chotkowskiej.* 7 i pół miesięczna córeczka Pani powinna otrzymywać 5 razy jeść w odstępach 3 i półgodzinnych. 3 razy może dostawać dotychczasową mieszankę, 1 raz kaszę mannę na smaku z jarzyn i jarzynki, 1 raz 180 gr. mleka + $1^1/_2$ łyż. od herb. cukru + 2 łyż. od herbaty tartego sucharka, fosfatyny lub mączki Nestlé. Po miesiącu można wprowadzić jeszcze jedno pełnomleczne jedzenie, dodając doń zamiast sucharka kaszę

mannę lub krakowską. Soki mała może dostawać z marchwi, cytryny lub pomarańczy. Co do stanu łuszu, co do zmian w nich może się wypowiedzieć tylko lekarz specjalista, który badał dziecko.

Roczne dziecko nie powinno dostawać ani czekolady, ani jaj, ani mięsa. Ząbków w tym wieku dziecko ma 8. Jeśli ich wcale niema, jest to objaw patologiczny.

4. *Pani R. Supińskiej.* Ilość mleka u dziecka w drugim roku w żadnym razie nie powinna przekraczać $^1/_2$ litra, a często wystarcza go nawet 250—350 gr. Ograniczenie więc tego mleka w diecie córeczki Pani, nie dziwi nas zupełnie. Przeciwnie, wydaje się nam bardzo wskazane.

5. *Pani S. Rumińskiej.* W razie kataru nosa powinna Pani korzystać z maseczki zakrywającej nos i usta. To wystarczy do uchronienia dziecka od zakażenia. Gdy matka przestaje karmić dziecko, a pokarm w piersi zanika, wygląd tego pokarmu się zmienia, przypominając trochę młodziwo (mleko z pierwszych dni po urodzeniu dziecka). Niema w tem nic złego.

6. *Pani Z. N.* Bicie niemowlęcia zupełnie chybia celu. Świadczy ono tylko o nieopanowaniu rodziców.

ODEZWA.

Święta Bożego Narodzenia niedługo już nadejdą. Najbardziej to oczekiwane przez dziatwę święta w ciągu roku.

Wigilja... kolendy... choinka... prezenty... niezapomniane to chwile wzruszeń naszego dzieciństwa!

Niestety, dzieci dotknięte ślepotą nie zobaczą jarzących się świeczek!

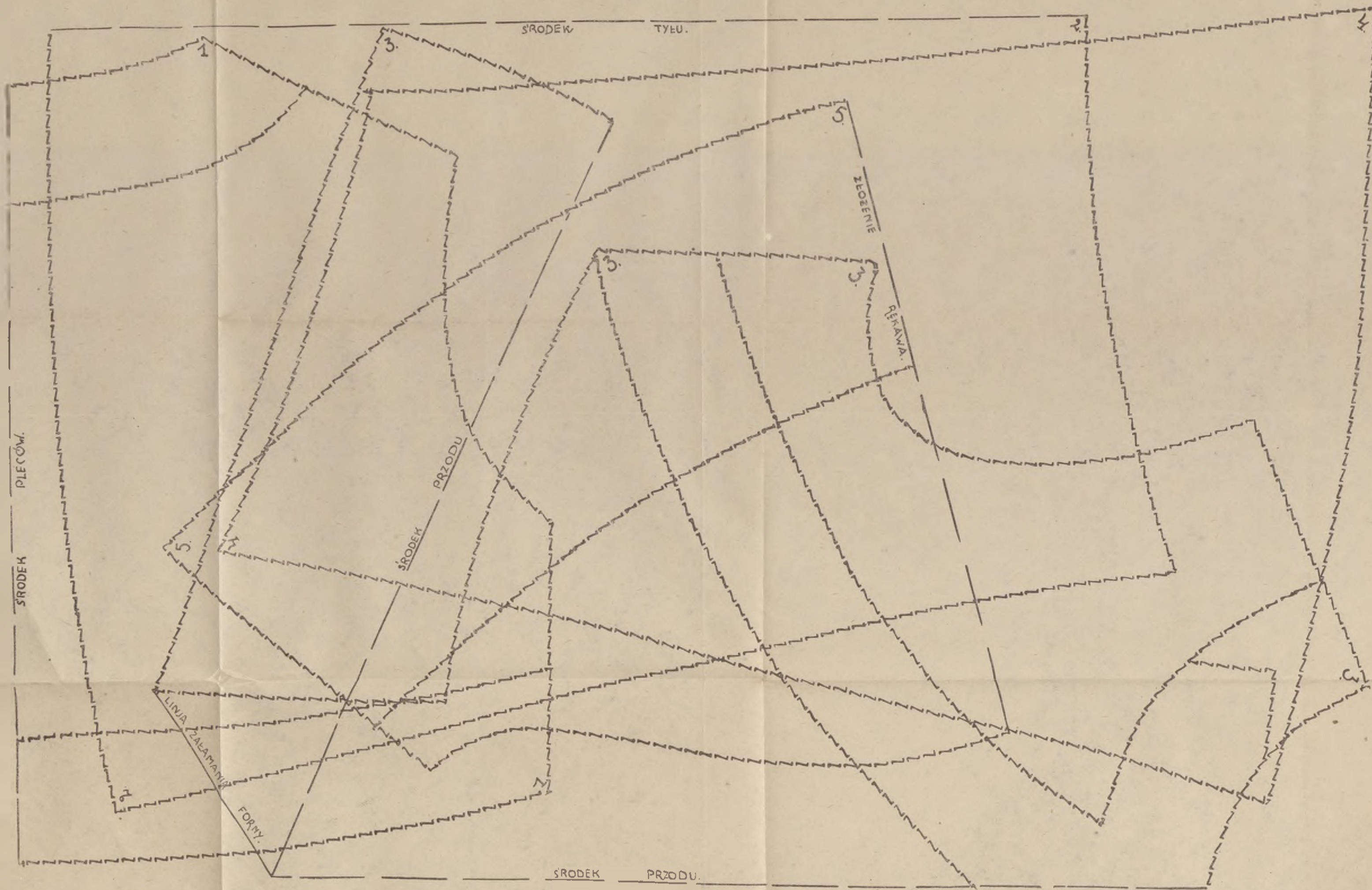
Nagródźcie im ich kalectwo! Składajcie zabawki dla ociemniałej dziatwy z Lasek. W każdym domu znajdą się zabawki, któremi nie bawią się nasze córki i synowie. Organki, zwierzątka wypchane, konie są wielką uciechą i marzeniem dziatwy z Lasek.

Dary przyjmuje redakcja pisma codziennie od g. 9—17-ej w soboty od g. 9—14.

Książki nadesłane

Witold Maurin: Zarys psycho-fizjologji, cz. I. Warszawa 1934, skład główny w księgarni J. Lisowskiej— Warszawa, Al. Jerozolimska 15.

Zapoznawaj matki z naszem pismem i skłoń je do czytania i prenumeraty.


ŚRODEK TYŁU.
ŚRODEK PLECÓW.
ŚRODEK PRZODU
ZŁOŻENIE RĘKAWA.
LINJA ZAŁAMANIA FORMY.
ŚRODEK PRZODU.